IHC 국제 교육원
International Health Care Education Center

INTERNATIONAL HAELTHCARE EDUCATION CENTER

IHC 국제 교육원
퍼스널 트레이닝 과정 소개서

본 교육은 ISO에서 인증한 전문교육기관 **IHC 국제 교육원**에서 진행됩니다.

TEL: 010-3448-2326 | WEP: https://ihcec.com

INDEX

퍼스널 트레이닝 자격과정 | 교육기관: IHC 국제 교육원

01 ISO 국제자격인증

01. ISO 국제표준화기구
02. ISO/IEC 17024 국제자격인증
03. 자격취득과정

02 ISO/IEC 17024 헬스케어 지도사 과정

01. 소개
- 01-1. 교육소개
- 01-2. 차별성
- 01-3. 진출방향
- 01-4. 장래전망

02. 안내
- 02-1. 교육정보 및 내용
- 02-2. 검정시험 안내
- 02-3. 취득자격증 안내
- 02-4. 접수안내

01

ISO 국제자격인증

01. ISO 국제표준화기구

02. ISO/IEC 17024 국제자격인증

03. 자격취득과정

ISO 국제표준화기구

INTERNATIONAL ORGANIZATION FOR STANDARDIZATION

ISO (International Organization for Standardization) 는
1946년 설립되었으며 세계 167 개 국가가 참여하는 국제 위원회이며,
각종 분야의 제품/서비스의 국제적 교류를 용이하게 하고, 상호 협력을 증진 시키는 것을 목적으로 하고 있습니다. 공업 상품이나 서비스의 국제 교류를 원활히 하기 위하여 이들의 표준화를 도모하는 세계적인 기구로서 스위스 제네바에 본부를 두고 있습니다.
ISO 인증은 제조, 상품, 관리, 서비스, 개별인증 등에 대한 표준을 정하고 있으며, ISO 인증은 전세계 167 개 국가의 표준으로서 인정 됩니다.

ISO/IEC 17024

ISO/IEC 17024 국제자격인증

ISO/IEC 17024 QUALIFICATION CERTIFICATE

ISO/IEC 17024 국제자격인증은 세계적으로 가장 영향력 있는 기구인 ISO에서 인증되는 국제자격인증입니다.

인증기관

ISO

국제표준화기구

발급기관

SCC

캐나다 국제표준위원회

활동

167개국

전세계 167개국에서 인정

자격인증기관

ISO 국제자격인증은 세계적으로 가장 영향력 있는 인증기구들을 통해서 발행되는 국제자격인증입니다.

ISO
국제표준화기구

SCC
캐나다표준연구원

IQCS
국제자격인증원

IHCEC
IHC 국제 교육원

자격취득과정

STEP 1
교육 접수

STEP 2
온라인 강의 수강

STEP 3
1차 검정시험

STEP 4
오프라인 강의 수강 (선택)

STEP 5
2차 검정시험

STEP 6
인증서 및 자격증 발급

STEP 7
연수

STEP 8
보수 교육

STEP 9
재갱신

02

ISO/IEC 17024 헬스케어 지도사 과정

01. 소개

02. 안내

ISO/IEC 17024

헬스케어 지도사: 퍼스널 트레이닝

- 헬스케어 지도사_퍼스널 트레이닝 (International Health Care Instructor_Personal Training)의 퍼스널 트레이닝 지도사란 **육체적, 정신적, 생리적으로 신경 계통과 근육 활동의 조정**을 위해 **유산소 운동, 근력운동, 순발력, 민첩성 등 육체적, 정신적 건강을 위해 다양한 운동을 지도하는 자격**을 말합니다.

- 2025년엔 국민 17명중 1명이 고도비만으로 전망까지 나오고 있습니다.(전세계적으로 비만인구가 30%에 육박)

- 현대 사회에는 **웰리스(Wellness)** 라는 새로운 삶의 문화를 반영한 피트니스가 주목을 받고 있고 특히, **개인의 체력 및 건강을 관리하기 위한 맞춤식 건강관리 프로그램**의 수요가 크게 증대될 전망이다.



01. 차별성

01 교육

- ISO/IEC 17024 헬스케어 지도사의 필라테스 분야는 **온라인 교육**만으로도 국제자격취득이 가능합니다.
- 특히 경력자들의 **LEVEL UP을 위한 심화과정**을 통하여 전문 강사를 배출하기 위한 교육 컨텐츠로 구성되어 있습니다.

02 취득 후

- 자격증을 취득하는 동시에 **전 세계(167개국)가 인정**하는 퍼스널 트레이너가 됩니다.
- **지속적인 심화과정**을 통해 한국 뿐만 아니라 국제적으로도 인정받는 퍼스널 트레이닝 전문가가 될 수 있습니다.
- **스펙업과 국내, 국제 강사활동**도 할 수 있는 기회가 됩니다.

02. 진출방향

01 취업기관

1. 보건 체력관리 기관 및 센터: 운동처방 및 상담교육
2. 체육센터: 체력영양관리(다이어트 관리)
3. 스포츠 구단: 선수상해예방 및 재활훈련
4. 사회복지시설: 노인 스포츠 지도

02 창업

- 생활체육지도사 자격을 소유하면서 ISO 국제자격증을 취득하면 **피트니스 센터 창업에 용이**합니다.
- 요즘은 간단한 운동과 의료장비가 아닌 **근육관리 장비를 가지고도 손쉽게 서비스업으로 창업**이 가능하게 끔 창업의 문이 열려 있다. 또한 시니어 들이 사회 참여가 많아지면서 **체형관리실이 창업을 하기위한 하나의 방식**으로 나타나고 있습니다.

03. 장래전망



트렌드

요즘 근 골격계 질환 환자들이 피트니스를 통해서 재활 관리를 하는 경향이 늘고 있다.



전망

향후 개인의 요구에 따라 체력 및 건강을 관리하기 위하여 맞춤식 운동 프로그램을 개발 및 지도해 주는 퍼스널 트레이너에 대한 수요가 크게 증대될 전망이다.



스팩업

본 자격증 취득시 국내, 국제 강사활동도 할 수 있는 기회가 주어지므로 국제화 시대에 맞춰 스팩업을 위한 좋은 기회가 될 수 있다.

01. 교육정보

접수대상

01. 피트니스 및 퍼스널 트레이닝 분야에 관심있는 자
02. 보건(의료분야, 피부관리등) 분야 학생
03. 체육(체육 및 무용 전공) 분야 학생
04. 피트니스 및 퍼스널 트레이닝 분야 직종의 종사자

교육구성

01. **온라인** 강의
02. **특강**(선택)
: 2차 검정시험(실기) 대비 자료제공

교육비

01. **온라인 강의 :** 660,000원

02. 교육내용_온라인 강의

NO	목차	강사
1장	전문 운동사(PT) 분야 소개	지무엽
2장	퍼스널 트레이닝의 과학	지무엽 이윤희
3장	행동수정	우소연
4장	초기고객검사	우서연
5장	운동 프로그램 개발	김알찬

03. 검정시험

IHC 국제 교육원은 교육생들의 원활한 시험진행을 위해 철저한 과정을 거쳐 시험을 진행하고 있습니다.

시험 일정

5주 간격

매달 진행

검정료

1차: $80

(미국 USD/납부일 10:00 기준 환율)

검정료

2차: $120

(미국 USD/납부일 10:00 기준 환율)

ISO 국제자격인증서


Certificate No. VN0000977

QUALIFICATION CERTIFICATE

This is to certify that

예) Hong Gil Dong

has passed the caregiver qualification examination

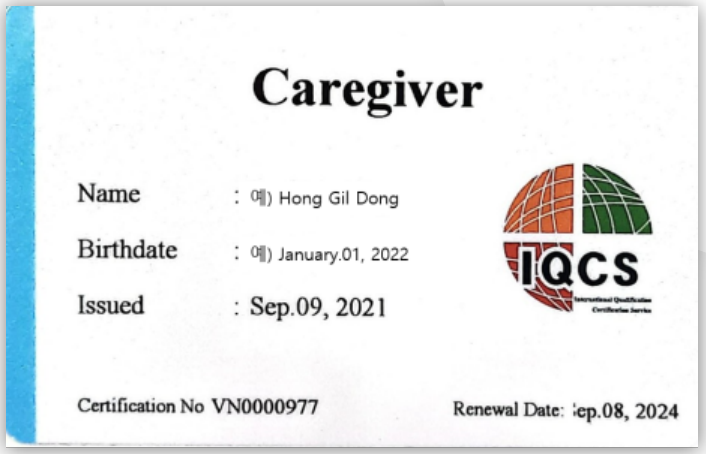
conducted by IQCS based on **ISO/IEC 17024**, and has qualified as

Caregiver

Sep.09, 2021 — Certificate Date

Sep.08, 2024 — Expires

Scheme manager


Caregiver

Name : 예) Hong Gil Dong

Birthdate : 예) January.01, 2022

Issued : Sep.09, 2021

Certification No VN0000977

Renewal Date: ep.08, 2024


SCC
Standards Council of Canada

This certification is issued by ISO 17024

This certification card is the property of
International Qualification Certification Service (IQCS)
If found, please contact us :

http://www.iqcsplus.com

04. 교육접수

IHC 국제 교육원에서 진행하는 모든 교육은 매달 상시모집중입니다.

온라인 교육
On - Line

신청방법 : 온라인 접수

https://ihceceducation.co.kr 접속 > 좌측 상단 카테고리 > 과정선택 (일반인 OR 경력자) > 과정클릭 > 바로 결제 > 바로 수강가능(무통장 결제 제외)

오프라인 교육
Off - Line

신청방법 : 현장 접수 & 온라인 접수

https://ihceceducation.co.kr 접속 > 좌측 상단 카테고리 > 과정선택(특강) > 과정클릭 > 바로 결제

03

IHC 국제 교육원 CEST 과정

01. 안내

01. 교육정보

접수대상	01. ISO 과정 신청자(필수) 02. ISO 과정 취득자
교육구성	01. 실기교육 1) 교육기관 ① 지정교육기관 ② 관련대학학과 교육장 ③ 평생교육원
교육비	730,000원 > 550,000원(교재비 포함)

02. 교육내용

NO	대분류	강의시간	소분류	강사	기 간
1	배 경 (BACK GROUND)	1시간	1) CEST(체형교정훈련)의 배경 2) Somato Type의 정의와 역사	김재철	1 주차
2	고객 상담/ 분석 /평가 MEASUREMENT	2시간	1) 상담 (Counselling) – 상담, 체성분(비만) 분석		
		5 시간	2) 분석(Analysis) – 자세/족부/신체 근 관절 움직임평가 3) 평가(Evaluation) – 평가지 작성법		
3	1M MODULATION	3시간	1) 유연성 회복 훈련 (Flexibility Recovery Training) 2) 코어근육(심부근육)의 활성화 (Spinal Deep stabilizer muscle Activation)		2 주차
		5시간	3) 소도구를 이용한 통합 인지 훈련(ICT) Integrated Cognitive Training		

02. 교육내용

NO	대분류	강의시간	소분류	강사	기 간
4	2M MANIPULATION	8시간	▶ 근육학과 치료의 통합 1) 7가지 위상근의 변화로 인한 근막 통증의 진단과 치료 - 근막 통증 관리(myofascial pain syndrome control) - PNF - muscle stretching Technique	김재철	3주차
5	3M MOVEMENT	5시간	▶ 자세교정학의 통합 1) 7가지 위상근의 변 화로 인한 근골격계 부위별 증상과 치료 - 필라테스 기구를 이용한 자세 불균형 교정운동 (Postural Mal alignment Corrective Exercise)		4주차
	4M MAINTENANCE	3시간	▶ 비만/영양관리/행동수정 ※ CEST 수료증 전달식 - 사진촬영		

추가취득 증서(비용별도)

01 CEST 체형교정운동 수료증



IHC 국제 교육원
International Health Care Education Center

THANK YOU

IHC 국제 교육원

퍼스널 트레이닝 과정 소개/안내서

TEL: 010-3448-2326 | WEP: www.ihcec.com